

ALBERGUE INFANTIL LOS PINOS, A.C.



[www.lospinos.org](http://www.lospinos.org)



# MANUAL DE NUTRICIÓN

Programa de nutrición y fomento de hábitos saludables a beneficiarios del Albergue Infantil los Pinos A.C



## Índice

<b>Propósito y Objetivos.....</b>	<b>2</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>3</b>
<b>Estado nutricional.....</b>	<b>4</b>
○ <b>Material de medición, técnicas y patrones de referencia.....</b>	<b>4</b>
○ <b>Anamnesis.....</b>	<b>7</b>
○ <b>Registro e interpretación de datos.....</b>	<b>13</b>
○ <b>Forma de registro.....</b>	<b>14</b>
<b>Educación en nutrición.....</b>	<b>14</b>
○ <b>Talleres de nutrición.....</b>	<b>14</b>
○ <b>Campaña de nutrición.....</b>	<b>15</b>
○ <b>Jornada de la salud.....</b>	<b>15</b>
<b>Servicios de alimentos.....</b>	<b>16</b>
○ <b>Menús.....</b>	<b>16</b>
○ <b>Almacén e Inventarios.....</b>	<b>17</b>
○ <b>Personal y equipo.....</b>	<b>18</b>
<b>Agricultura sustentable.....</b>	<b>19</b>
<b>Planeación y ejecución de trabajos.....</b>	<b>19</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>20</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>21</b>

## **Propósito del Manual**

El presente manual pretende ser una guía en el desarrollo de actividades institucionales relacionadas al área de nutrición con niños, jóvenes y madres del Albergue Infantil los Pinos, A.C.

## **Objetivo general**

Proveer conocimientos actualizados sobre procedimientos institucionales para dar una atención nutricia integral, encaminando a la población infantil y juvenil a un adecuado crecimiento y desarrollo, así como la adquisición de conceptos básicos para la independencia nutricia y vida saludable.

## **Objetivos específicos**

- Estandarizar los procesos de intervención nutricia.
- Actualizar a los profesionales involucrados en el área de nutrición sobre los procesos de intervención.
- Informar sobre la atención nutricia que reciben los beneficiarios.
- Desglosar el esquema de intervención nutricia.

## **Introducción**

El crecimiento y desarrollo de un niño son ejes alrededor de los cuales se va orientando la atención en salud, por lo tanto la valoración nutricional constituye uno de los elementos más fiables para determinar el grado de salud en la infancia, tanto a nivel individual como colectivo.

Las consecuencias clínicas de los trastornos nutricionales del niño tienen una relevancia primordial, al influir negativamente en su crecimiento. La repercusión varía en cuanto al tiempo de evolución. Cuando actúan en un periodo corto de tiempo, los efectos se van a reflejar en el almacenamiento de grasa (energía) y secundariamente en músculo, es decir, pérdida de peso. Si actúan en un tiempo prolongado implican negativamente en el crecimiento, por lo que su talla se verá afectada. Desde el otro extremo, los trastornos por exceso obedecen a la ingesta de energía por encima de las necesidades funcionales, produciendo sobrepeso y obesidad.

La tendencia de nuestra sociedad al sobrepeso y obesidad ha propiciado el desarrollo de enfermedades crónicas en el adulto como es la obesidad, hipertensión, dislipidemias, entre otras que son responsables de su morbimortalidad.

Con base a la Encuesta de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2012, la prevalencia de sobrepeso fue de 19.8% y obesidad 14.6% en niños en edad escolar. En contraste la prevalencia de bajo peso fue de 2.8%, talla baja 13.6% y emaciación de 1.6% en niños menores de 5 años.

La desnutrición en cualquiera de sus grados va a producir afectación en el desarrollo y crecimiento, afectando principalmente la talla y el desarrollo neuronal, además se incrementa el riesgo de morbimortalidad por infecciones.

Por ello la detección precoz de desnutrición, sobrepeso u obesidad, constituye una medida más eficaz de control.

## **Estado Nutricio**

Para obtener un diagnóstico más efectivo la valoración del niño tiene que ser sistematizada.

## **Material de medición, técnicas y patrones de referencia**

### **Patrones de referencia**

Se utilizan las curvas de crecimiento de lo OMS 2006, los cuales brindan datos de 0 a 19 años y al momento son las más actualizadas y completas.

### **Talla**

- ✓ Estadímetro: Cintra métrica de metal flexible con 2 metros de longitud y una escuadra móvil con un ángulo de 90 °.

Técnica:

El estadímetro se colocará en una pared derecha, formando un ángulo de 90° con el piso. La escala de 00 deberá pegarse a nivel de piso y el estadímetro debe estar fijo en un punto. Verificar que la cinta métrica siempre este en ceros antes y después de cada medición.

Antes de la medición se pedirá al niño que se descalce y se retire cualquier objeto que traiga en la cabeza, para evitar cualquier alteración del dato.

- ✓ La talla se mide de pie, en posición de firmes, de espaldas a la pared, los talones, pantorrillas, glúteos, espalda y cabeza deberán estar totalmente recargados en la pared.
- ✓ La línea media del cuerpo deberá coincidir con la línea media de la cinta del estadímetro.
- ✓ El antropometrista estará colocado del lado izquierdo del sujeto.
- ✓ El antropometrista, con su mano izquierda, debe tomar la barbilla del sujeto a fin de controlar la cabeza y orientarla hacia el plano de Frankffort; con su mano derecha deslizará la pieza móvil de manera vertical a la cinta métrica, hasta tocar la parte coronal de la cabeza formando un ángulo de 90°.

- ✓ Asegúrese de que la posición del sujeto sea la correcta. Registre el dato observado al décimo centímetro (0.1 cm) más cercano. Por ejemplo: 152.3 cm.

## **Peso**

- ✓ Báscula: Se utiliza una báscula digital marca TANITA con precisión  $\pm 100$  g. El funcionamiento y la calibración de la báscula deberán verificarse con la ayuda de taras u objetos de peso conocido, en el caso del Albergue se utiliza una báscula certificada de 20 kg y se llegan el formato anexo 1. Antes de iniciar la medición es necesario verificar que la báscula esté ubicada en una superficie plana y firme (piso, etc.) Siempre se les pedirá a las personas que se descalcen antes de subir a la báscula.

## **Técnica**

Coloque la báscula en una superficie plana. Es importante que la báscula se coloque en el piso en línea vertical a una pared, de modo de que se forme un ángulo de 90°. Verifique que la báscula esté en ceros (00).14

- ✓ Para el registro del peso, el niño o joven deberá pararse en la parte central de la báscula, de espaldas a la pared y estará en posición de firmes, esto es, totalmente derecha, descalza, los pies con los talones juntos y las puntas ligeramente separadas, los brazos deberán colgar paralelos al eje del cuerpo y sin movimiento. El niño o joven a pesar no debe recargarse en la pared.
- ✓ El antropometrista deberá estar parado frente a la pantalla en que aparecen los números que registran el peso.
- ✓ Se debe pedir a la persona que se va a pesar que no se mueva. Cuando la pantalla no esté parpadeando se registra el dato observado en kilogramos y gramos. Por ejemplo: 47.00 kg, 49.50 kg.
- ✓ Sólo hasta que el antropometrista haya registrado el dato en su formulario, pedirá a la persona que baje de la báscula.

- ✓ Verifique que la báscula regrese a ceros (00) y guárdela. Recuerde que antes de pesar a las personas deberá asegurarse de que éstas porten ropa ligera y no carguen consigo objetos pesados que puedan alterar el peso (llaves, bolsas, etc.).

#### Circunferencia de cintura

- Cinta métrica: Se requiere de una cinta métrica de fibra de vidrio con capacidad de 200 cm. y una exactitud de 1 mm.

#### Técnica

- ✓ La circunferencia de cintura se toma con el sujeto en posición de brazos cruzados, mano derecha a hombro izquierdo y mano izquierda a hombro derecho, dejando desnuda la zona en que se tomará la medida.
- ✓ El antropometrista se coloca de lado izquierdo.
- ✓ La cinta debe estar paralela al piso y se coloca en la parte más estrecha del tronco o cintura (punto medio entre la última costilla y el inicio de la cresta iliaca)
- ✓ Otra persona debe vigilar que en la parte posterior del cuerpo la cinta se encuentre horizontal y que no haga presión sobre la piel.
- ✓ En las personas muy obesas no existe cintura o estrechamiento del tronco, por lo que la cinta debe medir la circunferencia mínima del abdomen en la zona entre el reborde costal y las crestas iliacas. La medición se lee en cm.

#### **Anamnesis**

Al momento del ingreso del niño se debe realizar una anamnesis, el cual es un pilar fundamental en la historia clínica pediátrica, incluye antecedentes familiares y personales.

Se debe interrogar sobre todas las circunstancias ocurridas en la vida del niño, incluyendo aspectos referentes a la gestación, parto y enfermedades padecidas hasta el momento actual. Incluirá el tipo de lactancia y la cronología de alimentación complementaria, alergia e intolerancias alimentarias.

Los datos serán obtenidos al entrevistar a la madre, después se procederá a obtener los datos antropométricos del niño y se llenará el formato de historia nutricional. (Anexo 2).

### **Registro e interpretación de datos**

Para la interpretación de datos y diagnóstico, se deben conocer los datos de Edad, Sexo, Peso y Talla. Se utiliza el peso y la talla para construir los índices antropométricos que son combinaciones de medidas; una medición aislada no tiene significado, a menos que sea relacionada con la edad, o la talla y el sexo de un individuo. Por ejemplo, al combinar el peso con la talla se puede obtener el peso para la talla o el IMC, que son distintas expresiones de una misma dimensión, aplicables en el niño y en el adulto.

#### **Los índices básicos son:**

- **Peso para la edad (P/E):**

Refleja la masa corporal alcanzada en relación con la edad cronológica. Es un índice compuesto, influenciado por la estatura y el peso relativo.

- **Talla para la edad (T/E):**

Refleja el crecimiento lineal alcanzado en relación con la edad cronológica y sus déficits. Se relaciona con alteraciones del estado nutricional y la salud a largo plazo.

- **Peso para la talla (P/T):**

Refleja el peso relativo para una talla dada y define la probabilidad de la masa corporal, independientemente de la edad. Un peso para la talla bajo es indicador de desnutrición y alto de sobrepeso y obesidad.

- **Índice de masa corporal para la edad (IMC/E):**

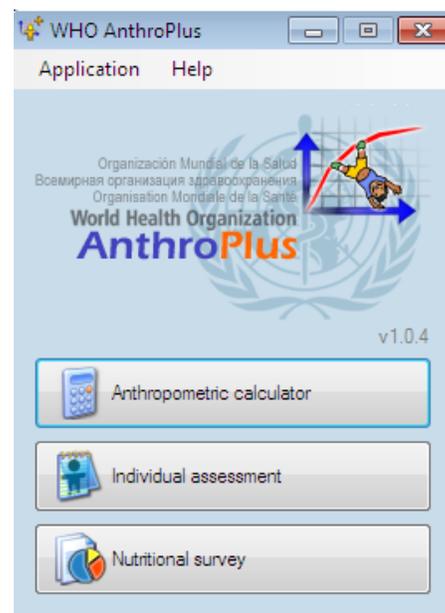
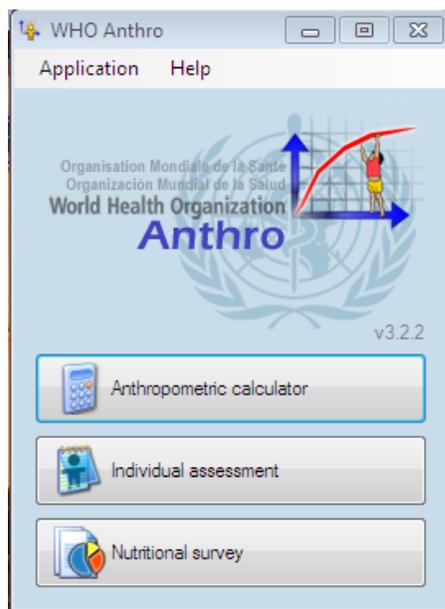
Refleja el peso relativo con la talla para cada edad; con adecuada correlación con la grasa corporal. Se calcula con la división del peso sobre la talla<sup>2</sup> o bien, el peso dividido

por la talla, a su vez dividido por la talla. Su interpretación es similar a la mencionada para el peso talla, pero con más precisión.

## Software, registro de datos

Con el objeto de hacer eficaz la captura y análisis de datos antropométricos de cada uno de los beneficiarios de la Institución, se implementa el uso de un software realizado por la OMS.

WHO Anthro, que permite la evaluación de niños de 0 a 5 años y WHO Anthro plus de 5-19 años.



Para su uso a continuación se describen las instrucciones, es importante mencionar que los dos software se utilizan igual, la diferencia entre uno y otro son los rangos de edad. :

1. Seleccionar y abrir la opción de individual assesment (asesoría individual).
2. Seleccionar la cruz verde del área de Children para agregar a un nuevo niño.

2

Individual assessment

Individual assessment Selected child: [Child Name]

**Children**

- Cortes Zambrano, Donovan Isma
- Montes de Oca Semas, Sergio E
- Navano Garcia, Sergio Paulo (3)
- Ruiz Ochoa, Isai (4)
- Ruiz Ochoa, Jose Abraham (5)
- Torres Alcalá, Victor Eduardo (6)
- Zambrano Chaires, Minoru Isaias
- Zenteno Mota, Angel Yael (8)

**New**

First name: [ ] Date of birth: 17/03/2014 [ ] Mother: [ ]

Last name: [ ] Sex:  Female  Male  Approximate date  Unknown date

Child ID: [ ] Notes: [ ]

**Visits**

Date	Observer ID	Weight (kg)	Oedema	Recumbent	Ln/ft (cm)	HC (cm)	MUAC (cm)	TSF (mm)	SSF (mm)	Motor milestones
(No visit selected)										

Percentile z-score Percentile z-score

Weight-for-length NA NA HC-for-age NA NA

Weight-for-age NA NA MUAC-for-age NA NA

Length-for-age NA NA TSF-for-age NA NA

BMI-for-age NA NA SSF-for-age NA NA

0 25 50 75 100 0 25 50 75 100

Select all Deselect All

4

3

3

Individual assessment

Individual assessment Selected child Help

**Children**

- Cortes Zambrano, Donovan Isma
- Montes de Oca Semas, Sergio E
- Navano Garcia, Sergio Paulo (3)
- Ruiz Ochoa, Isai (4)
- Ruiz Ochoa, Jose Abraham (5)
- Torres Alcalá, Victor Eduardo (6)
- Zambrano Chaires, Minoru Isaias
- Zenteno Mota, Angel Yael (8)

**New visit: (Age: 11mo)**

Anthro Motor

First name: [ ] Date of visit: 17/03/2015 [ ]

Last name: [ ] Date of birth: 17/03/2014 (Age: 11mo)

Sex: [ ] Weight (kg): [ ] MUAC (cm): [ ]

Child ID: [ ] Length/height (cm): [ ]

Notes: [ ] Measured:  Recumbent  Standing

Oedema:  No  Yes

Triceps skinfold (mm): [ ]

Subscapular skinfold (mm): [ ]

Additional data: [ ]

Save Cancel

SSF (mm) Motor milestones

z-score

NA NA

NA NA

NA NA

NA NA

0 25 50 75 100 0 25 50 75 100

Select all Deselect All

5

5

5

5

3. Agregar nombre, apellido y fecha de nacimiento del niño.
4. Para añadir los datos antropométricos, en el área de visits selecciona la cruz verde.
5. Añadir fecha de evaluación, peso, talla y guardar datos.
6. En automático arroja los resultados de P/T, P/E, T/E e IMC/E en percentiles y puntuación Z.
7. Para un niño ya existente, se selecciona su nombre, se pulsa sobre el icono de carpeta para abrir y se continúan con los pasos del 3 al 6.

7 →

p  
e  
r  
c  
e  
n  
t  
i  
l

P  
u  
n  
t  
u  
a  
c  
i  
o  
n  
Z

## Interpretación de datos

El diagnóstico para los indicadores P/E, T/E y P/T se realiza en base a puntuación Z. El IMC se diagnostica con percentiles.

### **P/E**

Como interpretar la información relevada

- Alto Peso: mayor o igual a z-2
- Peso Adecuado: mayor a z -1,5 y menor a z-2.
- Alerta Bajo Peso: menor o igual a z-1,5 y z-2. El alerta es un niño en la categoría de adecuado, pero que debe recibir controles más frecuentes para evaluar la tendencia.
- Bajo Peso: menor o igual a z-2 y mayor a z-3
- Muy Bajo Peso: menor o igual a z-3

La ubicación por debajo o igual al z-2 o por encima o igual al z-2 puede representar un problema, por ello debe derivar a todos los niños/as en esos rangos para que puedan ser diagnosticados médicamente.

### **T/E**

Cómo interpretar la información relevada

- Talla Alta: por mayor o igual ( $\geq$ ) a z 2
- Talla Adecuada: entre z -1,5 y z 2
- Talla Alerta: entre menor o igual ( $\leq$ ) a z -1,5 y mayor a z -2
- Talla Baja: menor o igual a z -2 y mayor a z -3
- Talla Muy Baja: igual o menor a z -3

La ubicación por debajo o igual al z-2 o por encima o igual al z 2 puede representar un problema, por ello debe derivar a todos los niños/as en esos rangos para que puedan ser diagnosticados médicamente.

### **P/T**

Cómo interpretar la información relevada

- Muy Alto Peso: con IMC mayor o igual a z 3
- Alto Peso: mayor o igual a z 2 y menor a z 3

- Peso Adecuado: mayor a z -1,5 y menor a z 2.
- Alerta Bajo Peso: menor o igual a z - 1,5 y z -2. El alerta es un niño en la categoría de adecuado, pero que debe recibir controles más frecuentes para evaluar la tendencia.
- Bajo Peso: menor o igual a z -2 y mayor a z -3
- Muy Bajo Peso: menor o igual a z -3

## **IMC**

- Desnutrición grave: Percentil igual o menor a 5.
- Desnutrición leve/moderada: Percentil igual o menor a 10.
- Normalidad: 11 a 84.9
- Sobrepeso: igual o mayor a 85
- Obesidad: igual o mayor a 95.

## **Forma de registro**

Cada niño lleva un registro llamado “Estado Nutricional” (FO-DI-004 versión) (anexo3), el cual debe llenarse con los datos requeridos y se debe actualizar de forma trimestral.

Los datos del niño van registrados dentro del formato, también es importante actualizar la fecha de evaluación, con la finalidad de no alterar datos posteriores.

El formato registra la evaluación nutricional de ingreso denominada inicial, contiene la actual, que es la valoración más reciente y contiene la denominada anterior, la cual será llenada con los datos de la evaluación anterior a la fecha actual.

En el apartado de observaciones se explica el diagnóstico, evolución, signos clínicos y bioquímicos, si presenta o no mejoría en relación al trimestre anterior.

Respecto al seguimiento, se describen las recomendaciones y medidas que se toman en cada niño y cuál será su monitoreo.

## **Graficas**

Una vez obtenidos los datos nutricionales de cada uno de los beneficiarios de la institución se generan graficas en donde se describa cual es la condición nutricional en la que se encuentra la población total y se valora el impacto del programa de nutrición.

## **Educación en nutrición**

### **Talleres de nutrición**

En el Albergue Infantil los Pinos, A.C. se apuesta por una alimentación sana y correcta, la que comienza con el cambio de hábitos alimentarios, para así mantenerlos a lo largo de la vida, por ello se cuenta con personal capacitado para además de enseñar a comer, educar para mantener lo aprendido.

La realización de pláticas y talleres promocionando buenos hábitos alimentarios y un correcto estilo de vida es cada vez más importante en nuestra sociedad para que, tanto niños como jóvenes, se sensibilicen con el papel de la alimentación en la vida.

La institución cuenta con la posibilidad de realizar talleres sobre nutrición y alimentación y escuela para padres para mejorar los conocimientos sobre Nutrición infantil y del adolescente para ayudar a que sus hijos crezcan más sanos.

Los talleres están diseñados con base a la edad de la población, manteniendo una relación y orden que parte de lo básico a lo complejo, abordando temas de interés:

- Alimentación saludable.
- Alimentación en diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia)
- Nutrición en situaciones especiales (obesidad, diabetes, desnutrición)
- Alimentos funcionales.
- Mitos y realidades sobre la alimentación.
- Etiquetado nutricional.
- Seguridad e higiene alimentaria.

Con el objetivo de brindar un taller que genere aprendizaje en la población, esta se encuentra dividida de acuerdo al grado académico.

1. Preescolar.
2. Primer y segundo grado.
3. Tercer y cuarto grado.
4. Quinto y sexto grado.
5. Jóvenes turno matutino.
6. Jóvenes turno vespertino.
7. Familias.

Cada una de las sesiones de elaboran y redactan en el formato de cartas descriptiva de curso y/o talleres (FO-DH-006 versión C) (anexo 4) con el objeto de esquematizar y estandarizar el abordaje del taller.

Cada una de las temáticas contiene un objetivo general y objetivos específicos, que al final de cada sesión deben de ser alcanzados. Al inicio de cada taller es importante concientizar sobre el control emocional, utilizando el termómetro emocional de las emociones parte del modelo educativo institucional.

Se cuenta con 60 minutos para impartir el taller, tiempo que será distribuido en las distintas actividades que demande dicho taller.

El área de ejecución de los talleres será con la población de niños en casa de niños, la población juvenil en casa de jóvenes y escuela para padres será impartida en la Sala de formación familiar ubicada en casa de jóvenes.

Cada sesión deberá ser evidenciada con material fotográfico, videgrabaciones y control de asistencias

### **Campaña de nutrición**

Como parte de la iniciativa de alimentación saludable, cada año se implementa una campaña de nutrición la cual es visual-informativa, con temáticas que ayuden a mejorar el estado de salud de la población, mediante la concientización de la problemática y sus posibles soluciones.

### **Jornada de la Salud**

Anualmente se implementa la jornada de la salud en la institución, en donde se ve involucrada la población infantil, juvenil y padres de familia, dicha jornada se toma el peso, talla, circunferencia de cintura y cadera, hemoglobina y glucosa, se entrega diagnóstico y planes individualizados en los casos que se requiera, así como el seguimiento de los niños que se encuentren en riesgo de anemia o diabetes.

### **Servicios de Alimentos**

El Albergue Infantil los Pinos, A.C. brinda el servicio de comedor en ambas casas los 365 días del año, por lo que de acuerdo a la NOM-251-SSA1-2009 se implementan medidas requeridas en cada proceso para tener buenas prácticas de higiene a fin de evitar algún tipo de contaminación a lo largo del proceso.

### **Menús**

La elaboración de los planes alimenticios se realiza tomando distintos aspectos, principalmente el requerimiento de energía, micro y macro nutrientes de la población, otros aspectos a considerar son los donativos que se reciben de forma fija y esporádica.

El menú se elabora con temporalidad semanal utilizando el formato de Programa de Menús Balanceados (FO-DI-024 versión B) (anexo 5), el cual es entregado al líder de cocina quien se responsabiliza de realizar la requisición de compra de alimentos (FO-SA-009 versión A) (anexo 6), una vez realizado se digitaliza y se envía al proveedor para el surtido de alimentos.

En caso de alguna modificación del menú, deberá ser registrado en el formato de menú, en el área de autorización de cambio y autorizado por el área de nutrición.

Los menús de ambas casas deben ser archivados de forma física y digital.

Respecto a la recepción de alimentos se realiza con el personal de cocina con la supervisión del área de nutrición, para verificar la calidad de los alimentos, los que deben cumplir los aspectos dictados en la normatividad, en caso de no cumplirlos, los alimentos deberán ser rechazados. La recepción de alimentos se registra en el formato de control de entrada de alimentos (FO-SA-004 versión B) (anexo 7).

## Almacén e Inventarios

Para el funcionamiento integral del área de servicios de alimentos, la institución cuenta con un stock máximo, el cual funciona bajo la normatividad de las NOM-251, 120 y 093, en donde se estipula el acomodo de los alimentos y conservación.

El esquema bajo el cual se ingresan y sacan los alimentos, es el denominado PEPS (primeras entradas, primeras salidas), que se encuentra descrito en la NOM-251, lo que permite el uso y aprovechamiento del recurso se optimice y reduzcan las mermas.

El registro de dicho inventario se lleva a cabo en el formato de control de inventarios (FO-SA-006 versión A) (anexo 8) el cual está integrado por los siguientes apartados:

- Descripción: se registra el alimento a ingresar, describiendo el tipo y características.
- Presentación: se refiere al contenido del producto ya sea en gramos, kg, mililitros, litros.
- Caducidad: fecha límite de consumo del producto, en caso de que el producto no cuente con esta se denomina sin fecha (S/F).
- Fecha de entrada: registro la fecha de ingreso al almacén. Este deberá ser registrado en formato de entradas de alimentos (anexo 9).
- Cantidad entrada: registro la cantidad de producto que ingresa.
- Fecha de salida: registro de la fecha que salió el producto del almacén.
- Cantidad salida: registro de la cantidad de producto que se requirió sacar. Este deberá ser registrado en formato de salidas de alimentos (anexo 10).
- Mermas: En caso de que el producto sufra de plaga, este golpeado, caducado o en condiciones de rechazo, se tendrá que sacar del almacén registrando la cantidad salida en el área de mermas.
- Motivo de la merma: se describe la razón de rechazo del producto.
- Cantidad de existencia: Es el total del producto que se encuentra en existencia.

También se cuenta con stock mínimo o almacén de paso, en dónde se recibe y guarda el producto que se utilizará semanalmente. Estos funcionan de acuerdo a la normatividad.

### **Personal y equipo de cocina**

El personal de cocina debe trabajar de acuerdo a las condiciones estipuladas en el instructivo de trabajo de servicios de apoyo de cocina (IT-SA-001 versión D) (anexo 11), el cual describe la vestimenta del personal y metodología de trabajo, la cuales se realizan en base a las NOM- 251, 120 y 093.

Respecto al equipo de cocina es importante asegurar el buen funcionamiento y limpieza del material requerido para la elaboración y manejo de alimentos.

Parte de este procedimiento incluye la verificación de los refrigeradores y congeladores, la cual se realiza mediante el registro de temperaturas, el que garantizan si el equipo se encuentra en condiciones adecuadas, dicho registro se realiza diariamente en el formato de registro de temperaturas (FO-SA-002 versión B) (anexo 12). El registro se archiva en forma física.

Con el objetivo de garantizar el funcionamiento de todo el equipo, es importante llevar a cabo una verificación mensual de los termómetros de refrigeradores y congeladores, la cual se realiza con el comparativo con termómetros calibrados, registrando el resultado en el formato de verificación de equipos de medición o prueba: termómetros (FO-SA-011 versión A) (anexo 13).

Respecto a la limpieza de las distintas áreas de la cocina, se realiza con periodicidad semanal y las tareas se encuentran descritas en el plan de trabajo (FO-SA-001 versión C) (anexo 14), dichas tareas se evaluarán por el líder de cocina y el área de nutrición. También se debe garantizar limpieza profunda de cocinas y almacenes tres veces por año y fumigación, para evitar plagas y proliferación bacteriana.

### **Agricultura sustentable**

La institución en busca de alternativas de ahorro monetario y la búsqueda de concientización, responsabilidad y enseñanza de habilidades a la población, implementa el proyecto de agricultura sustentable, en el cual la población siembra y cultiva distintos tipos de frutas y verduras con técnicas de hidroponía.

El producto que se obtiene de los invernaderos y cultivos es utilizado en la cocina del albergue para el consumo de la población.

### **Planeación y ejecución de trabajos**

Para dar estructura y organización a las tareas implementadas en el área de nutrición, se realiza la planeación anual de la actividades en el cronograma de trabajo (FO-SC-010 versión C) (anexo 15), al cual se debe apegar en periodicidad y lograr su cumplimiento al 100%.

El área de nutrición cuenta con el apoyo de prestadores de servicios y voluntariado, a quienes se les asigna tareas y se registran en un cronograma, para optimizar el cumplimiento de objetivos nutricionales.

Los diversos formatos que se generan en cada actividad deben ser archivados y registrados con distintos controles, los cuales se describen en el control de registros (FO-SC-002 versión B) (anexo 16).

Con el objeto de garantizar la mejora continua del abordaje de las tareas, la institución maneja un enfoque de calidad, el cual incluye la realización de auditorías internas y externas, que permite mejorar el desempeño y aumentar el impacto en la población beneficiaria.

### **Bibliografía**

- ENSANUT 2012.
- UNICEF. Evaluación del crecimiento de niños y niñas. Gobierno de la provincia de salta: Argentina. 2012.
- Moreno JM. Manual de nutrición pediátrica: Nutrición pediátrica.
- Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009, Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios.

## **Anexos**

## 1. Verificación de báscula



VERIFICACIÓN DE EQUIPOS DE MEDICIÓN O PRUEBA: Básculas

CÓDIGO:  
FO-DI-085  
VERSIÓN: A

<b>NOMBRE DEL EQUIPO O INSTRUMENTO</b>	
<b>MODELO</b>	
<b>MARCA</b>	
<b>LOCALIZACIÓN DE EQUIPO</b>	
<b>FRECUENCIA DE VERIFICACION</b>	
<b>DESVIACIÓN PROMEDIO PERMITIDA</b>	100 g

FECHA DE VERIFICACIÓN	PESA DE VERIFICACIÓN	DESVIACIÓN	LECTURA BÁSCULA DE USO NORMAL	REALIZÓ VERIFICACIÓN	OBSERVACIONES

Desviación promedio

Versión emitida el 13 de Noviembre del 2011

Página 1 de 1

Este documento es propiedad del Alberque Infantil las Pinar y no puede ser reproducido o distribuido sin autorización.

## 2. Historia Nutricional



## HISTORIA NUTRICIONAL

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

### DATOS DE LA MADRE

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Peso: \_\_\_\_\_ Talla: \_\_\_\_\_

Enfermedades Crónicas: \_\_\_\_\_

### DATOS DEL PADRE

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Peso: \_\_\_\_\_ Talla: \_\_\_\_\_

Enfermedades Crónicas: \_\_\_\_\_

### DATOS DEL NIÑO

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Peso al nacer: \_\_\_\_\_ Talla al nacer: \_\_\_\_\_ Tamiz:  Sí  No

Lactancia: \_\_\_\_\_ Fórmula: \_\_\_\_\_ Midea: \_\_\_\_\_

Edad de Alimentación complementaria: \_\_\_\_\_

Alimentos de inicio: \_\_\_\_\_

Apetito del niño:  Bueno  Regular  Malo

Alergias Alimentarias: \_\_\_\_\_

### ANTROPOMETRIA

Peso: \_\_\_\_\_ Talla: \_\_\_\_\_ Circun. Cintura: \_\_\_\_\_

P/T ideal \_\_\_\_\_ P/T dx \_\_\_\_\_ Talla dx: \_\_\_\_\_

P/E ideal \_\_\_\_\_ P/E dx \_\_\_\_\_ IMC: \_\_\_\_\_

T/E ideal \_\_\_\_\_ T/E dx \_\_\_\_\_ RMM\* \_\_\_\_\_

IMC/E ideal \_\_\_\_\_ IMC/E dx \_\_\_\_\_

Dx: \_\_\_\_\_

### 3. Evaluación nutricional



# ESTADO NUTRICIONAL

CÓDIGO:  
FO-DI-004  
VERSIÓN: B

Fecha de la evaluación: \_\_\_\_\_  
(dd/mm/aaaa)

<b>Nombre:</b>			
<b>Fecha de nacimiento:</b>	dd/mm/aaaa	<b>Edad:</b>	Años Mese
		<b>Dx:</b>	

<b>Función Gastrointestinal</b>						
<b>Apetito:</b>	<input type="checkbox"/> Bueno	<input type="checkbox"/> Regular	<input type="checkbox"/> Malo	<input type="checkbox"/> Deficiente	<input type="checkbox"/> Compulsivo	
<b>Alergia /Intolerancia:</b>						

<b>Evaluación antropométrica y seguimiento</b>			
	INICIAL	ANTERIOR	ACTUAL
<b>Fecha:</b>			
<b>Edad:</b>			
<b>Peso:</b>			
<b>Talla:</b>			
<b>DX T/E:</b>			
<b>DX P/E:</b>			
<b>DX P/T:</b>			
<b>T/E Ideal:</b>			
<b>P/E Ideal:</b>			
<b>P/T Ideal:</b>			
<b>IMC:</b>			
<b>(Diagnostico):</b>			

<b>Observaciones</b>

<b>Seguimiento</b>

Elaboró: \_\_\_\_\_

Nombre y/o firma

#### 4. Carta descriptiva



### CARTA DESCRIPTIVA DE CURSOS Y/O TALLERES

CODIGO:  
FO-DH-006  
VERSION: C

<b>CURSO:</b>				
<b>GRUPO</b>	:	de	<b>TIEMPO:</b>	0 Minutos
<b>CREACIÓN:</b>		<b>ÚLTIMA ACTUALIZACIÓN:</b>		<b>APLICACIÓN:</b>
<b>AUTOR (ES):</b>				
<b>OBJETIVO GENERAL:</b>				
<b>OBJETIVO (S) ESPECIFICO (S):</b>				
ACTIVIDADES				
No.	NOMBRE	DESCRIPCIÓN	RECURSO/MATERIAL	MINUTOS
Página 1				

Fecha de Emisión: 20 de Noviembre 2012

Página 1 de 2

Este documento es propiedad del A. Infantil los Pinos y no puede ser reproducido o distribuido sin autorización



### CARTA DESCRIPTIVA DE CURSOS Y/O TALLERES

CODIGO:  
FO-DH-006  
VERSION: C

ACTIVIDADES				
No.	NOMBRE	DESCRIPCIÓN	RECURSO/MATERIAL	MINUTOS
Página 2				
OBSERVACIONES				
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS				
No.				

Fecha de Emisión: 20 de Noviembre 2012

Página 2 de 2

Este documento es propiedad del A. Infantil los Pinos y no puede ser reproducido o distribuido sin autorización

5.

6. Programa de menús balanceados



# PROGRAMA SEMANAL DE MENÚS BALANCEADOS

CÓDIGO:  
FO-DL-024  
VERSIÓN: B

Menú del: \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_  
dd/mm/aaaa dd/mm/aaaa

Fecha de elaboración: \_\_\_\_\_

Evaluación: 2 = Se cumplió completamente, 1 = Se cumplió parcialmente, 0 = No se cumplió

DÍA	DESAYUNO	completo	COMIDA	completo	REFRIGERIO	completo	CENA	completo	AUTORIZACIÓN DEL CAMBIO
LUNES	*	●		●		●		●	
MARTES		●		●		●		●	
MIÉRCOLES		●		●		●		●	
JUEVES		●		●		●		●	
VIERNES		●		●		●	*	●	

Página 8

\* Desayunos de los días lunes y cena del día viernes queda sujeto a cambios. Los días sábados y domingos el menú queda a elección del responsable de cocina.

**% CUMPLIMIENTO: 100%**

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

Elaboró

Revisó

Validó

Evalúo

Nutrióloga

Coord. Supervisión y Comprobación de proyectos

Coordinador Administrativo

Nombre y firma de la nutrióloga

Versión emitida el 09 de Noviembre del 2012

Página 1 de 1

Este documento es propiedad del A. Infantil los Pinos y no puede ser reproducido o distribuido sin autorización

## 7. Requisición de compra







## 12. Instructivo de trabajo

 <b>Instructivo de trabajo Servicios de Apoyo: Cocina</b>		CÓDIGO: IT-SA-001 VERSIÓN: D
<b>Propósito:</b> Unificar el método como se llevarán a cabo las actividades en el área de cocina para la adecuada elaboración y almacenamiento de los alimentos.	<b>1</b>  <p><b>Higiene personal.</b>                  Higiene persona.- Aseado, uñas cortas, cabello recogido y/o corto y cubierto, afeitado, uniforme limpio y completo, cubre bocas.</p>	<b>Técnica para lavar y desinfectar equipo.</b> a) desarmar el equipo y las partes móviles, pasa al área de cochambre para lavar y desinfectar con yodo o cloro o mediante inmersión de agua caliente a una temperatura de 75 a 82° C. b) Lo que es fijo se lava con agua, detergente/jabón y fibra, se enjuaga con un trapo con solución de yodo o cloro que se pasará por todo el equipo, se deja secar al aire del ambiente.
<b>Equipo de trabajo:</b> * Filipina. * Cofia. * Cubre bocas.	<b>Lavado de loza y cubiertos</b> 1.- eliminar lo mas que se pueda los alimentos de los utensilios (escamocheo). 2.- en la primera tarja lavar pieza por pieza con agua y detergente/jabón. 3.- en la segunda tarja enjuagar y desinfectar con yodo o cloro o mediante inmersión de agua caliente a una temperatura de 75 a 82°C por lo menos durante medio minuto. 4.- Enjuagar uno a uno los utensilios lavados y dejar secar al aire del ambiente o con toallas de papel desechables.	<b>Limpeza y desinfección de las mesas de trabajo.</b> Los trapos deben ser de color claro, limpios y desinfectados, limpiar mesas de trabajo y carros de servicio al final de la jornada con el trapo previamente limpio y desinfectado agregarle yodo diluido correctamente y dejar secar al aire ambiente.
<b>Procedimientos:</b> 1.- <b>Higiene y desinfección.</b> 2.- Recepción de alimentos. 3.- Desinfección y Cocción de alimentos. 4.- Conservación y almacenamiento	<b>Ver fichas técnicas para el correcto lavado de manos</b>	
Este documento es propiedad del Albergue Infantil los pinos A.C. y no puede ser reproducido o distribuido sin autorización. 1		

## 13. Registro de temperaturas

 <b>REGISTRO DE TEMPERATURAS</b>		CÓDIGO: FO-SA-002 VERSIÓN: BB
Mes: _____ Año: _____ Cocina: Casa de niños <input type="checkbox"/> Casa de jóvenes <input type="checkbox"/>		
Día 1 2 3 4 5 6 7 8 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Día 9 10 11 12 13 14 15 16 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Día 17 18 19 20 21 22 23 24 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Día 25 26 27 28 29 30 31 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Elaboró _____ Revisó _____ Nombre y firma Nombre y firma		
Versión emitida el 16 de junio de 2014 Página 1 de 1		

Página 1

 <b>REGISTRO DE TEMPERATURAS</b>		CÓDIGO: FO-SA-002 VERSIÓN: B
Mes: _____ Año: _____ Cocina: Casa de niños <input type="checkbox"/> Casa de jóvenes <input type="checkbox"/>		
Día 1 2 3 4 5 6 7 8 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Día 9 10 11 12 13 14 15 16 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Día 17 18 19 20 21 22 23 24 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Día 25 26 27 28 29 30 31 REFRIGERADOR CONGELADOR		
Elaboró _____ Revisó _____ Nombre y firma Nombre y firma		
Versión emitida el 16 de junio de 2014 Página 1 de 1		

## 14. Verificación de termómetros.



# REGISTRO DE TEMPERATURAS

CODIGO:  
FO-SA-002  
VERSION: A

MES \_\_\_\_\_

COCINA INFANTIL

COCINA JUVENIL

REFRIGERADOR

CONGELADOR


REFRIGERADOR

CONGELADOR


Página 1

REFRIGERADOR

CONGELADOR


REFRIGERADOR

CONGELADOR


Fecha de Emisión: 25 de Agosto de 2010

Página 1 de 1







# CONTROL DE REGISTROS

ACTUALIZACIÓN  
VERSIÓN: 6

actualización: 17/10/2014

Procc	Códig	Versión	Fecha de emisión	Nombre del documento de registro	Método de presentación	Periodo de Realización/Activ.	Método de archivo	Tiempo de conservación	Lugar de conservación	Método de eliminación	Responsable	Sentido que el documento de registro tiene dentro del funcionamiento del SGC
DI	FO-DI-001	A	05/02/2013	Reporte de desarrollo del tutor	Digital	Semestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	No aplica	Coordinación de formación familiar	Es evidencia del desarrollo, que sirve como base de datos de FF, al estar los equipos de desarrollo.
DI	FO-DI-002	B	16/06/2014	Registro de atención médica	Digital	En cada atención médica	Cronológico	Permanente	Rol del Albergue/Carpetas Desarrollo Integral	No aplica	Coordinación de formación familiar	Es evidencia del desarrollo, en relación a tratamiento médico que el niño o joven recibe del desarrollo.
DI	FO-DI-003	C	04/07/2013	Estado físico	Digital	Semestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar el año	Coordinación de supervisión de proyectos	Es evidencia de las competencias que el niño o joven ha adquirido en desarrollo físico del desarrollo.
DI	FO-DI-004	B	01/02/2012	Estado Nutricional	Digital	Trimestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar el año	Coordinación de supervisión de proyectos	Es evidencia del desarrollo nutricional que el niño o joven ha adquirido del desarrollo.
DI	FO-DI-005	A	01/10/2014	Batallas Inventario de Desarrollo	Digital	Semestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar el año	Dirección Educativa	Es la evidencia del desarrollo de competencias adquiridas por el niño de proyectar.
DI	FO-DI-006	B	03/03/2014	Hábitos de higiene	Digital	Trimestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar el año	Coordinación de formación familiar, infantil y juvenil	Es evidencia de los hábitos de higiene que el niño o joven ha adquirido del desarrollo.
DI	FO-DI-007	B	15/11/2011	Reporte de educación especial	Digital	Semestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	No aplica	Dirección Educativa	Es evidencia de las acciones de atención especializadas al niño que, por su discapacidad, se le ha requerido.
DI	FO-DI-008	B	01/07/2014	Desempeño académico LE	Digital	Semestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar digital	Coordinación de formación infantil	Es evidencia de la competencia de lectoescritura adquirida por el niño durante el periodo de escolaridad primaria.
DI	FO-DI-009	B	01/07/2014	Desempeño académico LM	Digital	Semestral	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar digital	Coordinación de formación infantil	Es evidencia de la competencia lectoescritura adquirida por el niño durante el periodo de escolaridad primaria.
DI	FO-DI-010	B	16/06/2014	Reporte de atención médica expediente	Digital y físico expediente	En cada atención médica	Cronológico	Annual	Episodio único, al girar físico, del beneficiario	Eliminar digital y romper papel	Coordinación de formación familiar	Es evidencia del control general de la salud del niño o joven atendido en la atención médica integral y proyectada.
DI	FO-DI-011	A	01/07/2010	Historial de desempeño académico	Digital	Annual	Cronológico	Permanente	Episodio único del beneficiario	Actualizar el año	Coordinación de formación infantil y juvenil	Es evidencia del desempeño académico obtenido por el niño o joven en cada ciclo escolar.
DI	FO-DI-012	A	02/08/2010	Desempeño académico LE IS	Digital	Semestral	Cronológico	Annual	Episodio único del beneficiario	No aplica	Coordinación de formación juvenil	Es evidencia de la competencia de lectoescritura adquirida por el joven.
DI	FO-DI-013	A	02/08/2010	Desempeño académico LE 2S	Digital	Semestral	Cronológico	Annual	Episodio único del beneficiario	No aplica	Coordinación de formación juvenil	Es evidencia de la competencia de lectoescritura adquirida por el joven.